༄༅། །གྲང་སེལ་རྒྱལ་པོའི་སྦྱོར་བ་སེ་འབྲུ་བཞི་པ་ལ་ཅུང་ཟད་དཔྱད་པ།*

རྡོ་རྗེ་རྒྱལ། ཚེ་རིང་།(ཆན་པ།)

ནང་དོན་གནད་བསྡུས། འདིར་སེ་འབྲུ་ཤིང་ཚ་སུག་སྨེལ་པི་པི་ལིང་ལས་གྲུབ་པའི་སེ་འབྲུ་བཞི་པ་འདི་ཉིད་གཞུང་སྙིང་ཞིབ་བསྡུར་དང་། དེ་བཞིན་དཔལ་ལྡན་རྒྱུད་བཞིའི་རྒྱུད་གོང་འོག་ཞིབ་བསྡུར་སོགས་ལུང་རིགས་གཉིས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་སྦྱོར་བ་འདིའི་སྦྱོར་ཁུངས་དང་། སྨན་རྫས་སོ་སོའི་མིང་གི་བྱུང་བ། སྦྱོར་བའི་ཕན་ཡོན། ནད་གཞི་སོ་སོར་དམིགས་པའི་ཁ་བསྒྱུར་སྣ་ཚོགས་སོགས་ཕྱོགས་བསྡོམས་དང་གསལ་བཤད་བྱས་ཡོད་ལ། མ་ཟད་སེ་འབྲུ་བཞི་པ་རྩང་གཞིར་བྱས་པའི་སྨན་སྦྱོར་ཇི་སྙེད་ཅིག་འདུག་པའང་གསལ་འདོན་བྱས་ཏེ་སྦྱོར་བ་འདི་ཉིད་ནད་ཐོག་ཏུ་མགོ་ཆེ་བས་ནད་ཐོག་གི་རིན་ཐང་ཆེན་པོ་ལྡན་པ་དང་། སྨན་སྦྱོར་ཇི་སྙེད་ཅིག་འདི་ལ་རྟེན་ཞིང་འཕེལ་བས་རིག་གཞུང་གི་རིན་ཐང་གཞལ་མེད་ལྡན་པ་གསལ་བཤད་བྱས་ཡོད།

གནད་ཚིག གྲང་སེལ། རྒྱལ་པོའི་སྦྱོར་བ། སེ་འབྲུ་བཞི་པ།

སྙིང་གཞི།

ཇི་སྐད་དུ་ཕྱི་རྒྱུད་དཀའ་འགྲེལ་རྒྱུད་དོན་གསལ་བྱེད་ལས། ཚངས་པའི་སྨན་སྦྱོར་སྟོང་དང་རྩ་གཉིས་ཀྱང་། །ཁུར་ཁུམ་སེ་འབྲུ་གཉིས་ལས་སྐྱེད། །[1P54]ཅེས་དང་། རྒྱུད་ལས། གྲང་ནད་མ་ལུས་སེ་འབྲུའི་ཕྱེ་མས་སེལ། །ཕོ་བའི་བད་ཀན་སྦྱོང་ཞིང་མེ་དྲོད་སྐྱེད། །དང་ག་འབྱེད་ཅིང་ཁ་ཟས་ལེན་པར་བྱེད། །དེ་ཕྱིར་ཕྱེ་མ་ཀུན་གྱི་རྒྱལ་པོར་བཤད། །[2P584]ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་གྲང་བའི་ནད་གཞི་སེལ་བའི་དྲོད་སྦྱོར་གྱི་རྒྱལ་པོ་སེ་འབྲུའི་སྦྱོར་བ་ལས་སེ་འབྲུ་བཞི་པ་ལའང་སེ་འབྲུ་ཤིང་ཚ་ཕོ་བ་རིལ་ཁ་རུ་ཚ་རྣམས་ལས་གྲུབ་པ་ཞིག་དང་། སེ་འབྲུ་དང་ཚ་བ་གསུམ་ལས་གྲུབ་པ་ཞིག སེ་འབྲུ་ཤིང་ཚ་སུག་སྨེལ་པི་པི་ལིང་ལས་གྲུབ་པ་ཇི་སྙེད་ཅིག་ཡོད་ཅིང་། དཔལ་ལྡན་རྒྱུད་བཞིའི་རྒྱུད་གོང་འོག་བར་གསུམ་དང་སེ་འབྲུ་དྲུངས་གནས་དང་སེ་འབྲུ་ཉི་དཀྱིལ། གར་ནག་བཅུ་པ་སོགས་དེང་དུས་ནད་ཐོག་ཏུ་བེད་སྤྱོད་པའི་སྨན་སྦྱོར་ཇི་སྙེད་ཅིག་གི་རྩང་གཞིར་གྱུར་པའི་སེ་འབྲུ་དང་ཤིང་ཚ་སུག་སྨེལ་པི་ལིང་ལས་གྲུབ་པའི་སེ་འབྲུ་བཞི་པ་འདི་ནི་ནད་ཐོག་ཏུ་མགོ་ཆེ་ཞིང་རིག་གཞུང་དང་ནད་ཐོག་གི་རིན་ཐང་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པས་ད་རེས་འདིའི་ཐད་ལ་དཔྱད་ཞིབ་ཅུང་ཙམ་བྱེད་འདོད་དོ།

* 项目名称：2019 年西藏藏医药大学研究生处“博士点建设项目—研究生科研创新基金”

དང་པོ། སེ་འབྲུ་བཞི་པའི་སྦྱོར་ཁུངས་ཀྱི་དཔྱད་ཞིབ།

སེ་འབྲུ་བཞི་པ་འདི་ཉིད་བོད་ཀྱི་གསོ་དཔྱད་ཀྱི་གཞུང་ཐུ་གྲུས་རྣམས་སུ་འབྱུང་འདུག་ལ། དེ་ལས་ཆེས་སྔ་མོས་ནི་ད་ལྟ་ང་ཚོའི་མཐོང་ཚོས་སུ་གྱུར་པའི་དུས་རབས་བརྒྱད་པའི་ནང་དུ་སི་ཏུ་ཅན་པ་ཤི་ལ་ཧས་མཛད་པར་གྲགས་པའི་སི་ཏུའི་པོ་ཏི་ཁ་སེར་ཞེས་པ་དེ་ཡིན་འདུག་ལ། གཞུང་དེ་ཉིད་ལས། སེ་འབྲུ་ཤིང་ཚ་ཤུག་སྨེལ་དང་། །པི་པི་ལིང་དང་བཞི་སྙམས་ཏེ། །ཀ་ར་བཞི་འགྱུར་དག་དང་སྦྱར། །བད་རླུང་ཐམས་ཅད་སེལ་བར་བྱེད། །ལྷག་པར་ནད་གཞི་གང་ཡིན་དང་། །དང་ཀ་འབྱེད་པའི་མཆོག་ཡིན་ནོ། །[3P437]ཞེས་སྦྱོར་སྡེ་དང་སྦྱོར་ཚད། སྨན་རྟ་དང་ཕན་ཡོན་སོགས་ཞིབ་ཅིང་རྒྱས་པའི་སྒོ་ནས་གསུངས་འདུག་པ་དང་། དེའི་རྗེས་ལ་དུས་རབས་བཅུ་གཅིག་པའི་དུས་དཀྱིལ་ཙམ་དུ་འཁྲུངས་པའི་ཞང་གཟི་བརྗིད་འབར་བ་ཞེས་པས་མཛད་པའི་སྒྲོན་གསལ་གདམས་པ་གསུམ་རྩ་པ་ཞེས་པའི་ནང་བཀོད་འདུག་ལ། གཞུང་དེ་ཉིད་ལས། སེའུ་འབྲུའི་ཤིང་ཚ་ཤུག་སྨེལ་པི་པི་ལིང་། །ཕྱིའི་ཚད་དང་མཉམ་པའི་ཀ་རར་བཅས། །བད་རླུང་འདྲེས་ནད་ནད་གཞི་ཀུན་སེལ་ཏེ། །ཁྱད་པར་ནད་ནི་ཅི་ལས་གྱུར་ཀྱང་རུང་། །དང་ཀ་འགགས་པ་སེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན། །[4P465]ཞེས་གསུངས་འདུག་པ་དང་། དེའི་རྗེས་ལ་དུས་རབས་བཅུ་གཉིས་ནང་གཡུ་ཐོག་གསར་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོས་བཙན་པོའི་སྐབས་སུ་བཞུགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ས་བོན་ལ་གཞི་བཅོལ་ནས་ཆེ་བ་བཅུ་གཅིག་དང་ལྡན་པའི་དཔལ་ལྡན་རྒྱུད་བཞི་འདི་ཉིད་མཛད་ཅིང་། གཞུང་འདིར་སེ་འབྲུ་བཞི་པའི་སྦྱོར་སྡེ་དང་སྨན་རྟ། ཕན་ཡོན་སོགས་གསུངས་འདུག་པ་མ་ཟད་ནད་གཞི་འདྲ་མིན་ལ་དམིགས་པའི་སྦྱོར་བའི་ཁ་བསྒྱུར་སྣ་ཚོགས་ཀྱང་གསུངས་འདུག་ལ། དེའི་རྗེས་སུ་མཁས་མཆོག་གང་ཉིད་ཀྱི་ཐུགས་སྲས་སུམ་སྟོན་ཡེ་ཤེས་གཟུངས་ཀྱིས་མཛད་པར་གྲགས་པའི་རྫོང་འཕྲང་འཕྲུལ་གྱི་ལྡེ་མིག་ཅེས་པར་ཡང་བཀོད་འདུག་པས། མདོར་ན་སེ་འབྲུ་བཞི་པ་འདི་ཉིད་ཀྱི་སྦྱོར་ཁུངས་ནི་བཙན་པོའི་སྐབས་ཀྱི་སི་ཏུའི་སྨན་གཞུང་དུ་ཐུག་ཡོད་ཅིང་། དུས་རབས་བཅུ་གཅིག་པར་ཞང་གཟི་བརྗིད་འབར་བས་ཕྱག་ལེན་གནང་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། དུས་རབས་བཅུ་གཉིས་པའི་ནང་གཡུ་ཐོག་གསར་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོས་ནད་གཞི་འདྲ་མིན་ལ་དམིགས་པས་ཁ་བསྒྱུར་སྣ་ཚོགས་དང་བཅས་ཕྱག་ལེན་གནང་འདུག་ཅིང་། གང་གི་བུ་སློབ་སུམ་སྟོན་ཡེ་ཤེས་གཟུངས་ལ་སོགས་པར་དེའི་མཐོང་བ་བརྒྱུད་པའི་ཕྱག་ལེན་ཡོད་པ་དང་། དཔལ་ལྡན་རྒྱུད་བཞིའི་ཕྱིས་སུ་ཀུན་ལ་ཁྱབ་ནས་ཉམས་ཡིག་མང་པོར་བཀོད་འདུག་པ་འདི་ལགས་སོ། །

གཉིས་པ། སེ་འབྲུ་བཞི་པའི་སྦྱོར་ཚད་དང་སྨན་རྟའི་དཔྱད་ཞིབ།

གཅིག སེ་འབྲུ་བཞི་པའི་སྦྱོར་ཚད་ཐད་ཀྱི་བསམ་གཞིགས།

སེ་འབྲུ་བཞི་པའི་སྦྱོར་ཚད་ཀྱི་ཐད་སི་ཏུའི་པོ་ཏི་ཁ་སེར་ལས། སེ་འབྲུ་ཤིང་ཚ་ཤུག་སྨེལ་དང་། །པི་པི་ལིང་དང་བཞི་སྙམས་ཏེ། །ཀ་ར་བཞི་འགྱུར་དག་དང་སྦྱར། །[3P437]ཞེས་སྨན་རྫས་རྣམས་ཆ་མཉམ་དུ་སྦྱར་དགོས་ཤིང་། སྨན་རྟ་ཕྱིའི་ཚད་ཀྱི་བཞི་འགྱུར་སྦྱར་དགོས་པར་གསུངས་འདུག་ལ། སྒྲོན་གསལ་གདམས་པ་གསུམ་རྩ་པ་ལས། ཕྱིའི་ཚད་དང་མཉམ་པའི་ཀ་རར་བཅས། །[4P465]ཞེས་སྨན་རྫས་རྣམས་ཀྱི་སྦྱོར་ཚད་གསུངས་མེད་ཀྱང་སྨན་རྟ་ཕྱིའི་ཚད་དང་ཆ་མཉམ་སྦྱར་དགོས་པར་གསུངས་འདུག ཡིན་ཡང་རྒྱུད་བཞི་དང་རྫོང་འཕྲང་དུ་སེ་འབྲུ་བཞི་པའི་སྦྱོར་ཚད་ཐད་གང་ཡང་གསུངས་མི་འདུག་ཅིང་། ཕྱིས་སུ་བྱུང་བའི་ཉམས་ཡིག་རྣམས་སུ་འདྲ་མིན་རེ་སྐྱེད་ཅིག་གསུངས་འདུག་པས་ཡིད་རྟོན་རུང་མིན་ཆ་མི་འཚལ་བས། ཕྱིར་ན་སྦྱར་བའི་ཐབས་ནི་རྒྱུད་ལས། ཚད་མེད་ཆ་མཉམ་གཙོར་སྨོས་ཐུན་ཚད་བསྐྱེད། །ཚད་བཤད་ཚད་བཞིན་སྦྱར་བ་གཅེས་པ་ཡིན། །[2P487]ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཕྱིའི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཉིས་འགྱུར་གྱི་སེ་འབྲུ་དང་གཞན་རྣམས་ཆ་མཉམ་དུ་སྦྱར་རིགས་པར་སེམས་ལ། ཡང་ན་སི་ཏུའི་པོ་ཏི་ཁ་སེར་དུ་གསུངས་པ་ལྟར་ཆ་མཉམ་དུ་སྦྱར་རི[illegible]ལ། དེ་ཡང་

ཞིབ་པར་གང་ཟག་ཕོ་མོ་རང་བཞིན་འདུ་བ་ཤས་ཆེ་ཆུང་སོགས་ལ་གཞིགས་ནས་རིག་པས་འཕྲུལ་དགོས་པས་ཁ་ཙང་གཏན་ཁེལ་པོ་ཞིག་སུ་དང་གང་གིས་ཀྱང་བཤད་ཐུབ་པ་མིན་ནོ།།

གཉིས། སེ་འབྲུ་བཞི་པའི་སྨན་རྟའི་ཐད་ཀྱི་བསམ་གཞིགས།

སེ་འབྲུ་བཞི་པའི་སྨན་རྟའི་སྐོར་ལ་ཐི་རྡེའི་པོ་ཏི་ཁ་སེར་ལས། ཀ་ར་བཞི་འགྱུར་དག་དང་སྦྱར། །[3P437]ཞེས་དང་། སྒྲོན་གསལ་གདམས་པ་སུམ་ཅུ་པ་ལས། སྤྱིའི་ཚད་དང་མཉམ་པའི་ཀ་རར་བཅས། །[4P465]ཞེས་དང་། རྒྱུད་བཞི་ལས། ཐུར་དཀར་སྦྱར་བའི་སེ་འབྲུ་བཞི་པ་སྟེ། །[2P482]ཞེས་དང་། རྫོང་འཕྲང་འཕྲུལ་གྱི་ལྡེ་མིག་ལས། ཐུར་ཀར་སྦྱར་བས་སེ་འབྲུ་བཞི་བས་ཏེ། །[5P62]ཞེས་ཐི་རྡེ་པོ་ཏི་ཁ་སེར་དང་གདམས་པ་སུམ་ཅུ་པར་སྨན་རྟ་ཀ་ར་ཡིན་པར་གསུངས་འདུག་པ་དང་། རྒྱུད་བཞི་དང་རྫོང་འཕྲང་དུ་སྨན་རྟ་ཐུར་དཀར་ཡིན་པར་གསུངས་པས། ཡང་སྙིང་སེ་འབྲུ་བཞི་པ་ལ་སྨན་རྟ་གསུམ་ལས་གང་ལ་སྦྱར་དགོས་མིན་ཐད་བསམ་བློ་ཞིག་བཏང་ན། ལར་སེ་འབྲུ་བཞི་པ་བད་རླུང་གྲང་བ་སེལ་བའི་སྦྱོར་བ་ཡིན་པ་དང་། ཐུ་རམ་ནི་གྲང་རླུང་སེལ་བའི་རྟ་ཡིན་པས་རྒྱུད་དུ་གསུངས་པ་ལྟར་ཐུར་དཀར་ལ་སྦྱོར་འོས་ཤིང་། དེ་བཞིན་སེ་འབྲུ་བཞི་པས་བད་ཀན་བེ་སྣབས་སྐྱོངས་ཤིང་ཕོ་བའི་མེ་དྲོད་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པས། སྦྲང་རྩི་ཆུ་སེར་བད་ཀན་སེལ་བའི་རྟ་ལའང་སྦྱོར་རིགས་པར་སེམས་ཏེ། སློབ་དཔོན་ཀླུ་སྒྲུབ་ཀྱི་ཞལ་ལས་ཀྱང་། སྦྱོར་ན་སེའུ་འབྲུའི་སྦྱོར་བ་ལ། །ཐུ་རམ་སྦྲང་གཡུང་རྟ་ལ་བསྒྲོན། །[6P213]ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །དམིགས་སུ་རྒྱུད་ཀྱི་དགོངས་པ་ལྟར་གྲང་མཁྲིས་དང་བད་ཀན་རི་ཐང་མཚམས་དང་མ་སྨིན་མགོ་ཐིགས། གཕ་ཚད་སོགས་ལ་སེ་འབྲུ་བཞི་པ་བསྟེན་དུས་ཀ་ར་ལའང་སྦྱར་རུང་བར་སྙམ་མོ། །གཞན་ཡང་རྒྱུད་ཀྱི་གྱུར་དུག་གསོ་བ་ལས། བཅོས་ཐབས་གཞི་བཟུང་བསྡུ་བསད་སྦྱང་བས་བཅོས། །དང་པོ་སེ་འབྲུ་བཞིའམ་ད་ལིས་བཞི། །ཀ་ར་སྦྱར་བ་ནང་ནུབ་ཆུ་ཚན་དབུལ། །[2P540]ཞེས་གྱུར་དུག་ཐོག་དུས་ཕོ་བའི་གཞི་འཛིན་པའང་སྨན་རྟ་ཀ་ར་སྦྱར་དགོས་པར་གསུངས་པ་སོགས་ནི་གཞུང་སྙིང་པན་ཚུན་དང་རྒྱུད་ཀྱི་ཕྱ་ཕྱི་འགལ་བ་ནི་མ་ཡིན་པར་སྤྱིའི་དབང་དུ་ཐུར་དཀར་དང་། བྱེ་བྲག་ནད་གཞིར་དམིགས་ནས་སྨན་རྟ་གསུམ་ལས་གང་ལེགས་པ་དེ་སྦྱར་རིགས་པས་སོ། །

གསུམ་པ། སེ་འབྲུ་བཞི་པའི་ཕན་ཡོན་གྱི་དཔྱད་ཞིབ།

གཅིག རྒྱུད་གོང་འོག་ཏུ་བསྟན་པའི་སེ་འབྲུ་བཞི་པའི་ཕན་ཡོན་མདོར་བྲིལ་ནས་བཤད་པ།

སེ་འབྲུ་བཞི་པའི་ཕན་ཡོན་ལ་ཕྱི་མ་ཕྱིན་ལས་རྒྱུད་ཀྱི་ཕྱི་མའི་ལེའུ་ལས། ཕོ་བའི་གཞི་འཛིན་མེ་དྲོད་གསོ་བར་བྱེད། །ནད་གཞི་ཅི་ལས་གྱུར་ཀྱང་དང་ག་འབྱེད། །[2P582]ཅེས་དང་། རྒྱུད་བཞིའི་མཇུག་དོན་ལས། དང་ག་འབྱེད་ལ་སེ་འབྲུ་བཞི་པ་མཆོག །[2P654]ཅེས་དང་། མན་ངག་རྒྱུད་ཀྱི་མཁྲིས་པ་གསོ་བའི་ལེའུ་ལས། མ་ཞུ་བད་ཀན་གང་གི་གནས་གྱུར་ཀྱང་། །སེ་འབྲུ་བཞི་འམ་རྐྱོད་མ་ཁ་ཡི་བྱེས། །མ་ཞུ་འཇུ་ཞིང་ཕོ་བའི་མེ་དྲོད་སྐྱེད། །[2P122]ཅེས་དང་། དམུ་ཆུ་གསོ་བའི་ལེའུ་ལས། དང་པོ་ཆུ་བོའི་འོལ་ཁ་སྦྱར་བ་ནི། །མ་ཞུ་མེ་དྲོད་ཉམས་ལས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། །གྲང་བའི་ཆུ་ལ་སེ་འབྲུ་བཞི་པ་སྦྱིན། །[2P170]ཞེས་དང་། ཚ་བའི་རི་ཐང་མཚམས་ལས་བད་ཀན་རི་ཐང་མཚམས་ཀྱི་བཅོས་ཐབས་སུ། འདུ་དཀའ་སྒོ་སྒྲིག་ཁ་མངལ་མཆིལ་མ་མང་། །རྒྱམ་ཚ་གསུམ་ཐང་སེ་འབྲུ་བཞི་པ་འམ། །རྐྱོད་མ་ཁ་ཡི་བྱེ་མས་མེ་དྲོད་བསྐྱེད། །[2P203]ཅེས་དང་། མ་སྨིན་ཚ་བ་གསོ་བའི་ལེའུ་ལས། མ་སྨིན་མགོ་ཐིགས་སེ་འབྲུ་བཞི་པ་སྦྱར། །[2P208]ཞེས་དང་། གཕ་ཚད་གསོ་བའི་ལེའུ་ལས། སེ་འབྲུ་བཞི་པས་བད་རླུང་མགོ་ཕྱུར་བཤུ། །[2P220]ཞེས་དང་། བྱིས་པའི་ནད་གསོ་བ་ལས། ཕོ་བའི་ནད་ལ་སེ་འབྲུ་བཞི་པ་སྦྱར། །[2P371]ཞེས་དང་། གྱུར་དུག་གསོ་བ་ལས། བཅོས་ཐབས་གཞི་བཟུང་བསྡུ་བསད་སྦྱང་བས་བཅོས། །དང་པོ་སེ་འབྲུ་བཞི་འམ་ད་ལིས་བཞི། །ཀ་ར་སྦྱར་བ་ནང་ནུབ་ཆུ་ཚན་དབུལ། ...་སྐྱེད་པེ་

སྣབས་སྦྱོང་ཞིང་བུ་ག་གསོ། །གསོ་བའི་སྨན་ཟས་སྦྱིན་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །[2P540]ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སེ་འབྲུ་བཞི་པ་འདི་ཉིད་སྤྱིར་ནད་གཞི་ཚ་གྲང་གཉིས་ལས་གྱུར་བ། ཉེས་པ་གསུམ་ལས་བད་རླུང་ལ་གནོད་ལ། ཁྱད་པར་དུ་ཕོ་བའི་གཞི་འཛིན་ཞིང་མེ་དྲོད་གསོ་བ། བད་ཀན་བེ་སྣབས་སྦྱོང་ཞིང་བུ་ག་འདག་པས་མ་ཞུ་འཇུ་ཞིང་དང་ག་འབྱེད་ལ་ཟས་དང་སྨན་སྦྱིན་པར་བྱེད་དོ། །བྱེ་བྲག་གང་གསོ་བར་བྱེད་པའི་ནད་གཞི་ནི་མ་ཞུ་བད་རླུང་གིས་ཡུལ་འཁྲུག་པའི་གྲང་མཁྲིས་དང་། མ་ཞུ་བ་དང་མ་ཞུ་བ་ལས་བྱུང་བའི་བད་ཀན་སྐྱ་བོའི་ནད་དུག གྲིས་པའི་ཕོ་བའི་ནད་དང་། གྲང་འབྲུ། དྭངས་མ་མ་ཞུ་བ་བྱུང་བའི་དམུ་ཆུའི་ནད་རིགས། བད་ཀན་རི་ཐང་མཚམས། བད་ཀན་ཤས་ཆེ་བའི་མ་སྨིན་མགོ་ཐིགས་དང་བད་རླུང་འོག་ཏུ་གབ་པའི་གབ་ཚད་བཅས་ལ་ཕན་པར་གསུངས་ཡོད་པས། སྦྱོར་བ་འདི་ནི་ནད་བརྒྱ་སྨན་གཅིག་ལྟ་བུ་ཞིག་འདུག་པས་ནད་ཐོག་ཏུ་ཤིན་ཏུ་མཁོ་བ་ཞིག་ཡིན་པའང་ངང་ངམ་ཤུགས་ཀྱིས་རྟོགས་ཐུབ་བོ། །

གཉིས། སྨན་རྒྱུའི་རོ་ནུས་ལ་དཔྱད་ནས་སེ་འབྲུ་བཞི་པའི་ཕན་ཡོན་བཤད་པ།

རྒྱུད་ལས་སེ་འབྲུའི་རོ་ནི་སྐྱུར་བ་དང་ཤིང་ཚའི་རོ་ནི་ལན་ཚ་བ། པི་པི་ལིང་གི་རོ་ནི་ཚ་བ་ཡིན་པར་བསྟན་འདུག་ལ། དེ་བཞིན་སྨན་གྱི་འབྱུངས་དཔེ་དྲི་མེད་ཤེལ་གྱི་མེ་ལོང་ལས། སུག་སྨེལ་གྱི་རོ་ནི་ཚ་ཞིང་ཁ་བར་གསུངས་ཡོད་པས། གཙང་སྟོད་ཟིན་ཏིག་ཡང་ཏིག་ལས། སྐྱུར་བ་བཞི་པོ་སྐྱུར་བ་དང་། །ལན་ཚྭ་ཁ་ཚ་སྐྱུར་བ་ཡིས། །བད་ཀན་རབ་ཏུ་འཕེལ་བ་དང་། །རླུང་རབ་ཏུ་འཕེལ་བ་གཉིས་འཇོམས་སེལ། །[7P650]ཞེས་བད་རླུང་རབ་ཏུ་འཕེལ་བ་ལ་རོ་སྦྱོར་ལས་སྐྱུར་བའི་བཞི་སྦྱོར་འདི་ཕན་པར་གསུངས་པ་དང་། དེའུ་དམར་གསོ་རིག་གཅེས་བཏུས་ལས་ཀྱང་། སྐྱུར་སྦྱོར་སྐྱུར་ལན་ཁ་ཚས་འདུས་པ་དང་། །མཆོག་ཏུ་བད་ཀན་ཆེ་ལ་བདུད་རྩིར་མཚུངས། །[8P77]ཞེས་འདུས་པའི་ནད་དང་མཆོག་ཏུ་བད་ཀན་ནད་ལ་བདུད་རྩི་ལྟ་བུ་ཡིན་པར་གསུངས་པ་དེ་དང་། པི་ཛིའི་པོ་ཏི་ཁ་སེར་ལས། བད་རླུང་ཐམས་ཅད་སེལ་བར་བྱེད། །[3P437]ཅེས་དང་། གདམས་པ་སུམ་ཅུ་པ་ལས། བད་རླུང་འདྲེས་ནད་ནད་གཞི་ཀུན་སེལ་ཏེ། །[4P465]ཞེས་གཞུང་སྙིང་དག་ལས་གསུངས་པའི་ནུས་པ་དང་རོ་སྦྱོར་ལ་བལྟས་པའི་ནུས་པ་གཉིས་ཏག་ཏག་གཅིག་ཏུ་ལེལ་འདུག་པས་ཤིན་ཏུ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་གནས་སོ། །

དེ་བཞིན་དུ་གཙང་སྟོད་དར་མགོན་གྱིས། རྒྱུད་ཀྱི་དགོངས་པ་ལངས་ནས་ནི། །བརྟག་པ་དྲུག་ཅུ་རྩ་གསུམ་ལས། །རོ་དང་ཞུ་རྗེས་སྟེབས་ཏེ་སྐྱུར། །གང་ཞིག་བློ་ལྡན་མཁས་པ་ཡིས། །རོ་སྟེབས་དག་ལ་ལེགས་པར་སྦྱངས། །སྐྱེས་བུ་མཁས་པ་སུ་ཞིག་ཡོད། །རོ་སྟེབས་འདི་ལ་ཞིབ་པར་གཟིགས། །[7P497]ཞེས་རོ་སྟེབ་ལ་གཙིགས་ཆེན་གནང་འདུག་པས། ས་བཅད་མ་སྟོང་ཙམ་དུ་བྲུར་མཁར་བློ་གྲོས་རྒྱལ་པོའི་དགོངས་པ་ལྟར་སེ་འབྲུ་བཞི་པའི་རོ་སྟེབ་ཀྱི་རྒྱུ་འབྲས་ཤིན་ཏུ་རགས་པ་ཞིག་རྩིས་ནས་འབྲས་བུའི་ནུས་པ་བཀོད་ན་སེ་འབྲུ་ལ་ཚ་བའི་ཡོན་ཏན་བདུན་དང་། སྣུམ་པའི་ཡོན་ཏན་དྲུག སྟུམ་པའི་ཡོན་ཏན་བཞི། བརྟན་པའི་ཡོན་ཏན་བཞི། ལྕི་བའི་ཡོན་ཏན་གསུམ། རྣོ་བའི་ཡོན་ཏན་གཉིས། རྩུབ་པའི་ཡོན་ཏན་གཅིག་བཅས་ལྡན་ལ། དེ་བཞིན་ཤིང་ཚ་དང་སུག་སྨེལ། པི་པི་ལིང་སོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ནི་གཤམ་གསལ་གྱི་རེའུ་མིག(༡)ཏུ་བཀོད་པ་ལྟར་དང་། འབྲས་བུའི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་ཀྱང་སྨན་རྫས་བཞི་མཉམ་དུ་སྟེབ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ནང་ཕན་ཚུན་འཕྲོད་པ་སོགས་བྱས་པས་འབྲས་བུའི་ཡང་འབྲས་བུ། སྙིང་པོའི་ཡང་སྙིང་པོ་སྟེ་མཐར་ཐུག་གི་ཡོན་ཏན་ནི་རྩུབ་པའི་ཡོན་ཏན་བཅོ་ལྔ་དང་། རྣོ་བའི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད། སྟུམ་པའི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད། ཚ་བའི་ཡོན་ཏན་བདུན། སྣུམ་པའི་ཡོན་ཏན་དྲུག གཉེན་པའི་ཡོན་ཏན་གཉིས་དང་ལྡན་པ་སོགས་གཤམ་གྱི་རེའུ་མིག(༢)ཏུ་བཀོད་པ་ལྟར་རེད་འདུག་ལ། དེ་ལས་ཚ་རྣོ་རྩུབ་པས་ཡོན་ཏན་གཙོ་ཆེ་བས་བད་ཀན་གཙོ་བོར་འཛོམས་པ་དཔགས་ཐུབ་པས། དེ་ཡང་གཞུང་རྣམས་ལས་བད་ཀན་རིགས་ལ་ཤས་ཆེར་བསྟེན་ཞིང་བེ་སྣབས་སྦྱོང་བ་སོགས་ཀྱི་བྱེད་ནུས་ཡོད་གསུངས་པ་དང་གཅིག་ཏུ་ལེ

རེའུ་མིག (༡) སེ་འབྲུ་བཞི་པའི་སྨན་རྫས་སོ་སོའི་རོ་ནུས་ཀྱི་རྒྱུ་འབྲས་རེའུ་མིག

སྦྱོར་བ།	འབྲས་བུའི་ནུས་པ།(ཡོན་ཏན་གྱི་གྲངས།)							
སེ་འབྲུ།	ཚ་བ།༣	སྐམ།༦	སྣུམ།༤	བརྟན།༤	སྙི།༡	རྣོ།༡	རྩུབ།༢	
ཤིང་ཚ།	སྣུམ།༤	རྩུབ།༤	རྣོ།༡	ཚ།༡	སྙི།༢	སླ།༢	གཉེན།༢	གཡོ།༢
ཤུག་སྒྲིལ།	བསིལ།༣	སླ།༥	རྟུལ།༡	རྩུབ།༡	ཡང་།༡	གཉེན།༢	གཡོ།༢	
པི་པི་ལིང་།	ཡང་།༤	རྩུབ།༣	སྐམ།༦	གཡོ།༦	རྣོ།༦	ཚ།༥		

རེའུ་མིག (༢) སེ་འབྲུ་བཞི་པའི་རོ་ནུས་ཀྱི་རྒྱུ་འབྲས་རེའུ་མིག

སྦྱོར་བ།	འབྲས་བུའི་འབྲས་བུ་ནུས་པ། (ཡོན་ཏན་གྱི་གྲངས།)					
སེ་འབྲུ་བཞི་པ།	རྩུབ།(༡༥)	རྣོ།(༢)	སྣུམ།(༢)	ཚ།(༣)	སྐམ།(༦)	གཉེན།(༡)

བཞི་བ། སྨན་རྫས་སོ་སོའི་མིང་གི་བྱུང་བའི་དཔྱད་ཞིབ།

སེ་འབྲུ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་ཐད་མཁས་དབང་གོ་འཇོ་དབང་འདུས་ཀྱི་གཡུ་ཐོག་དགོངས་རྒྱན་ལས། ཤིང་དང་དེའི་འབྲས་བུ་གཉིས་མཉམ་དུ་ཆགས་པའི་བརྡ་སྟེ། ཀརྨ་རང་བྱུང་རྡོ་རྗེས། སེ་འབྲུ་ནི་སེའུ་ཞེས་པའི་ཤིང་དང་དེའི་འབྲས་བུ་གཉིས་ཀའི་མིང་མཉམ་དུ་ཆགས་པའོ། །[9P632]ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་སེ་འབྲུ་ཞེས་པ་བོད་རང་གི་སྐད་ལས་བྱུང་བའི་ཐ་སྙད་ཅིག་ཡིན་པར་སྙམ་ཞིང་། ཤིང་ཚ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་ཐད་སྐྱེམ་པ་ཚེ་དབང་གིས་མཛད་པའི་བཤད་རྒྱུད་ཀྱི་འགྲེལ་པ་ཚིག་དོན་ཉི་མ་ལས། ཀཙྪ་ཐ་ཞེས་པ་དེའི་ཤིང་གི་བར་ཤུན་ལ་ཤིང་ཚ་ཞེས་སོ། །རིགས་ནི་སྨན་ངོ་གསལ་བྱེད་དུ་སྤུབ་ཅིང་ཁ་དོག་དམར། རོ་ཚ་བ་ལ་ཤིང་ཚ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །[10P430]ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་འབྱུང་ཁུངས་དང་རོ་ལ་བལྟས་ནས་བཏགས་པའི་བོད་རང་གི་ཐ་སྙད་ཅིག་ཡིན་ངེས་སོ། །ཤུག་སྒྲིལ་ཞེས་པ་ནི་ལེགས་སྦྱར་སྐད་ཀྱི་སུགྨེལ་ཞེས་པ་ཟུར་ཆག་པ་སྟེ། བོད་ཀྱི་སྐད་དུ་ཨེ་ལ་ཕྲ་མོ་ཞེས་འགྱུར་བར་གསུངས་ཤིང་། པི་པི་ལིང་ཞེས་པ་ནི་ལེགས་སྦྱར་སྐད་དུ་པི་པླ་ལི་ཞེས་པ་དང་ཧོར་གྱི་སྐད་དུ་འདར་སིལ་སིལ་ཟེར་བ། ཏ་ཟིག་གི་སྐད་དུDar-felfelཟེར་བ། རྒྱ་ནག་སྐད་དུ་པི་པོ(荜拨)ཟེར་བ་སོགས་སྒྲ་ནི་པན་ཚུན་འདྲ་ཆེ་བ་འདུག་ཀྱང་། དོན་དུ་དེ་དག་ནི་ལེགས་སྦྱར་སྐད་ལས་ཐོགས་སོ་སོར་དར་བར་འདོད་དོ། །མཁྱེན་བརྩེ་དབང་པོའི་སྨན་ཡིག་ལས། པི་པུ་ལྀ། ཟུར་ཆག་པས་པི་ལིང་། [11P186]ཞེས་འདུག་ལ། བོད་སྐད་དུ་གྲོག་ཁེད་མ་སོགས་འདྲ་བ་རྒྱ་མཚན་དུ་བཏགས་པའི་མིང་རྣམས་ཡིན་པར་སེམས་སོ། །ཡིན་ཡང་དགས་པོ་རིན་པོ་ཆེའི་འཛོར་འབུམ་ལས། ཕྱི་ཕྱི(པི་པི)ལིང་ཞེས་བྱ་བ་ནི། །ཁྱ་དང་ལྡན་པས་བསྒྲུབ་ཅེས་བྱ། །མང་དུ་འཛོ(འགྲོ)བས་ཕྱི(པི)ཞེས་བྱ། །སྨན་ཀུན་ཀ་འཚོགས་ལན་གཉིས་བརྡབ། །ནད་ཐམས་ཅད་འདུལ་པས་ལིང་ཞེས་བྱ། །[12P339]ཞེས་སྒྲ་བཤད་ལྟ་བུ་ཞིག་ཀྱང་གསུངས་འདུག་པས་གང་ཡིན་ཆ་མ་འཚལ་ལོ། །

ལྔ་བ། དཔལ་ལྡན་རྒྱུད་བཞིར་བསྟན་པའི་སེ་འབྲུ་བཞི་པའི་ཁ་སྦྱོར་སྣ་ཚོགས་བཤད་པ།

སྤྱིར་བི་ཛིའི་པོ་ཏི་ཁ་སེར་དང་སྔོན་གསལ་གདམས་པ་སུམ་ཅུ་པ་སོགས་སུ་སེ་འབྲུ་བཞི་པའི་སྦྱོར་སྡེ་དང་སྦྱོར་ཚད། ཕན་ཡོན་སོགས་རྒྱས་པར་གསུངས་འདུག་མོད། དེ་ལས་ཀྱང་དཔལ་ལྡན་རྒྱུད་བཞིར་ནད་གཞི་འདྲ་མིན་ལ་གཞིགས་ནས་སེ་འབྲུ་བཞི་པའི་ཁ་སྦྱོར་སྣ་ཚོགས་ཞིབ་ཅིང་རྒྱས་པའི་སྒོ་ནས་བསྟན་འདུག་པས། འདིར་ཁ་སྦྱོར་རྣམས་གུད་དུ་ཕྱུང་ནས་ཅུང་ཟད་ཙམ་བཀོད་ན་གཤམ་གྱི་རེའུ་མིག་ལྟར་ཏེ། དེ་

ལས་ཕྱི་རྒྱུད་དུ་ཁ་བསྐྱར་བཅུ་བདུན་དང་བད་ཀན་སྨུག་པོ་གསོ་བ་ཧྲ་དགུ། ཞེས་གསུམ་གསོ་བ་ཧྲ་གསུམ། དོན་སྣོད་གསོ་བ་ཧྲ་གཅིག་བཅས་བསྟན་འདུག་ལ། ནད་གཞིའང་བད་རླུང་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་མ་ཞུ་གསར་རྙིང་དང་ཕོ་བའི་གྲང་སྐྲན། ཡི་ག་འཆུས་པ། མེ་དྲོད་ཉམས་པ། བད་ཀན་སྨུག་པོ། མ་ཞུ་ཞིག་སེར། ཉེན་སྐྲན། དམུ་རྫིངས། ཕོ་ལོང་སྦོས་པ། གློ་ནད་གྲང་བ། སྙིང་གི་བད་རླུང་གྲང་བ། མཁལ་རྐེད་གྲང་བ། གྲང་བ་རྒྱུ་འགགས། གྲང་སྲིན་སོགས་གྲང་བའི་ནད་རིགས་ཇི་སྙེད་ཅིག་ལ་སྨན་གྱི་ཁ་བསྐྱར་ནས་གཏོང་ཚོག་པས་དེ་ལ་ཁ་བསྐྱར་མན་ངག་དང་ལྡན་ན་གྲང་བའི་ནད་ལ་ཆེག་ཚོག་ལྷ་བུའི་ཁྱད་ཆོས་ལྡན་ནོ། །

གཅིག ཕྱི་མ་རྒྱུད་དུ་བསྟན་པའི་སེ་འབྲུ་བཞི་པའི་ཁ་བསྐྱར་གྱི་རེའུ་མིག

སྦྱོར་བའི་མིང་།	ཁ་བསྐྱར་སྨན།	ཕན་ཡོན།
སེ་འབྲུ་ལྔ་པ།	དོང་གྲ	བད་ཀན་ཟས་མི་འཇུ་བ། ཕོ་བའི་གྲང་སྐྲན་སྐྱུག་དང་ཡི་ག་འཆུས་པ། སྙིང་རླུང་མཁལ་རྐེད་ནད་ལ་མཆོག་ཏུ་ཕན།
སེ་འབྲུ་དྲངས་གནས།	གུར་གུམ།	ཚ་གྲང་འཐབ་པའི་ཁ་འཛིན་མེ་དྲོད་གསོ།
སྙིང་སྐྲན་འཇོམས་པའི་སེ་འབྲུ་བརྒྱད་པ།	སྨ་དང་ཛ་ཏི་གུར་གུམ་ཀ་ཀོ་ལ།	ཕོ་མཆིན་སྣོད་ཀྱི་བད་རླུང་སྙིང་སྐྲན་འཇོམས།
མ་ཞུ་འཇུ་བའི་སེ་འབྲུ་བརྒྱད་པ།	རྒྱམ་ཚྭ་ཁ་རུ་ཚྭ་དང་སོ་བ་རིལ་བཅའ་སྨ	མ་ཞུ་གསར་རྙིང་འཇུ།
མེ་ཉམས་གསོ་བའི་སེ་འབྲུ་བརྒྱད་པ།	བཙའ་སྨ་ཕྱི་དང་གདང་ཙི་ཏྲ་ཀ་འཇམ་འབྲས།	ཕོ་བའི་མེ་ཉམས་གསོ།
བད་སྨུག་སེལ་བའི་སེ་འབྲུ་བརྒྱད་པ།	མ་ནུ་ཨུ་ཤུ་སྐྱེར་བུ་བསེ་ཡབ་བསྡེབས།	བད་ཀན་སྨུག་པོ་སེལ།
ཞིག་སེར་སེལ་བའི་སེ་འབྲུ་བརྒྱད་པ།	རྒྱམ་ཚྭ་གསེར་གྱི་མེ་ཏོག་ཨ་རུ་ར་དོམ་མཁྲིས།	མ་ཞུ་ཞིག་སེར་སེལ།
ཉེན་སྐྲན་འཇོམས་པའི་སེ་འབྲུ་བརྒྱད་པ།	ཅོང་ཞི་ཁོད་བཏུལ་རྒྱམ་ཚྭ་ཨ་རུ་ར་བྲ་ཐལ།	ཉེན་སྐྲན་ཐལ་བར་རློག
དམུ་རྫིང་སྐེམས་པའི་སེ་འབྲུ་བརྒྱད་པ།	འགྲོན་བུ་དུར་བྱིད་ཤ་དྲའི་ཐལ་བ་ཙི་ཏྲ་ཀ	དམུ་རྫིངས་སྐེམ་པར་བྱེད།
སྦོས་པ་སེལ་བའི་སེ་འབྲུ་བརྒྱད་པ།	ཤིང་ཀུན་ཁ་རུ་ཚྭ་དང་སོ་བ་རིལ་བཅའ་སྨ།	ཕོ་ལོང་སྦོས་པ་སེལ།
གློ་ནད་སེལ་བའི་སེ་འབྲུ་བརྒྱད་པ།	ཤིང་མངར་རྩ་གང་རྒྱུན་འབྲུམ་ཞི་ར་དཀར།	གློ་ནད་གྲང་བ་སེལ་བར་བྱེད།
སྙིང་ནད་སེལ་བའི་སེ་འབྲུ་བརྒྱད་པ།	ཛ་ཏི་ཤིང་ཀུན་ཁ་རུ་ཚྭ་དང་སྨ།	སྙིང་གི་བད་རླུང་གྲང་བ་སེལ།
མཁལ་གྲང་སེལ་བའི་སེ་འབྲུ་བརྒྱད་པ།	ཨ་འབྲས་སུ་འབྲས་འཇམ་འབྲས་ཐིག་སྲིན་བསྡེབས།	མཁལ་རྐེད་གྲང་བ་སེལ།

རྒྱ་འགགས་སེལ་བའི་སེ་འབྲུ་བརྒྱད་པ།	རྒྱ་ཚྭ་ལྷམ་པ་ཐིག་པ་སོ་བ་རིས།	གྲང་བ་རྒྱ་འགགས་སེལ་བར་བྱེད།
གྲང་སྲིན་སེལ་བའི་སེ་འབྲུ་བརྒྱད་པ།	ཤིང་ཀུན་ཟླ་རྩི་ཞང་སྤོས་བྱི་ཏྲང་ག	གྲང་སྲིན་སེལ།
འབྲུ་གཅོད་སེ་འབྲུ་བརྒྱད་པ།	དྲིག་ཀ་པིད་ཐ་རམས་མོན་ཆ་ར།	ཞུར་འཁྲོག་རྨས་པ་འཁྲུ་བ་གཅོད།
སེ་འབྲུ་རྡུར་ཞིམ་སམ་སེ་འབྲུ་བཅུ་གཅིག	ཤུ་དག་ཙ་ཏྲ་དྲི་ཙོང་རྩི་ཏྲག རྒྱ་ཚྭ་ཡ་བ་རུ་ར་ཁ་རུ་ཚྭ།	མ་ཞུ་ལྷགས་རྡིག་ལྷེན་དང་མེ་ཉམས་སྐྲ་སྐྱིག་དམུ་ཆུ་འབྲུ་སྨུག་མཁལ་རྐེད་རྒྱ་ཤི་སོགས་གྲང་ནད་ལ་ཕན།

གཉིས། བད་ཀན་སྨུག་པོའི་སྐབས་བསྟན་པའི་སེ་འབྲུ་བཞི་པའི་ཁ་བསྒྱུར་གྱི་རེའུ་མིག

སྦྱོར་བའི་མིང་།	ཁ་བསྒྱུར་སྨན།	ཕན་ཡོན།
སེ་འབྲུ་བརྒྱད་པ།	ཟི་ར་ཁ་རུ་ཚྭ་བཙལ་སྨ།	དོད་སྐྱེད་ཡི་ག་འབྱེད་པ་དང་ཟས་འཇུ་སྐྱེད་དང་ཕོ་བའི་རྒྱག་གཟེར་འཇོམས།
	ཚ་བ་ལྔ་དང་བྱི་ཏྲང་ག་དང་རྒྱམ་ཚྭ་ཁ་རུ་ཚྭ།	བད་ཀན་གྲང་བ་མ་ལུས་འཇོམས།
	ཛཱ་ཏི་ཤིང་ཀུན་ཁ་རུ་ཚྭ།	སྨུག་པོ་སྙིང་ལ་བབས་པ་སེལ།
	ཕུར་བུ་རུ་ཏ་ཐ་གང་།	སྨུག་པོ་གློ་ལ་བབས་པ་སེལ།
	རྒྱམ་ཚྭ་གསེར་གྱི་མེ་ཏོག་ཟླ་བྱ་སྦྱར།	སྨུག་པོ་མཁྲིས་པར་ལྷུང་བ་སེལ།
	ཀུར་ཀུམ་དང་མ་ནུ་ཤུ་དག་ཕུར་བུ་སྦྱར་ལ་བཏང་།	སྨུག་པོ་ཕོ་བར་ལྷུང་བ་སེལ།
	སྨན་སྨ་སོ་བ་རིས་དང་ཛཱ་ཏི་ཀ་ཀོ་ལ། ཀུར་ཀུམ་ཟི་ར་ཁ་རུ་ར། རྒྱམ་ཚྭ་ཁ་རུ་ཚྭ་དང་བྱ་རམ་སྦྱར།	སྨུག་པོ་ལོང་དུ་གནས་པ་སེལ། རྒྱ་ཚད་འཕྱལ་བས་སྐོ་འཁྲོག་ལོང་རྒྱུང་འཇོམས།
	སྨན་སྨ་ཛཱ་ཏི། ཀུར་ཀུམ། ཀ་ཀོ་ལ།	སྨུག་པོ་མགོ་ལ་ཞུགས་པ་སེལ།
	སོ་བ་རིས། མ་ནུ་ཤུ་དག་དང་ཀ་ར་སྦྱར།	གྲང་བ་སྙིང་ཚད་སེལ།

གསུམ། ཉེས་གསུམ་སྐབས་བསྟན་པའི་སེ་འབྲུ་བཞི་པའི་ཁ་བསྒྱུར་གྱི་རེའུ་མིག

ཁ་བསྒྱུར་སྨན།	ཕན་ཡོན།
ནཱ་ག་ཟི་ར་དང་པ་ཏྲ་ཙུ་ཏུ་ལ་ལ་ཕུད་དང་སྨ། ན་ལེ་ཤམ་དང་ཀ་ར་སྦྱར་བ་གསར་འཇམ་དབྱུལ།	སྲོག་རླུང་སེལ་བ།
ཛཱ་ཏི་ཀ་ཀོ་ལ་ཚྭ་སྣ་གསུམ་ཟི་ར་དཀར་ནག་གཉིས་དང་སྨན་སྨ། སོ་བ་རིས་ལ་ལ་ཕུད་དང་བྱ་རམ་ཆང་གིས་དབྱུལ།	ཕོ་རླུང་སེལ་བ།
ཤི་དང་ཕག་སྤྲན་བཟེགས་ཟན་དང་ཀུར་ཀུམ།	མཁྲིས་ཕྲན་སེལ་བ།

བཞི། དོན་སྙོད་སྐབས་བསྟན་པའི་སེ་འབྲུ་བཞི་པའི་ཁ་བསྒྱུར་གྱི་རེའུ་མིག

ཁ་བསྒྱུར་སྨན།	ཕན་ཡོན།
རྒྱམ་ཚ། ལ་ལ་ཕུད། ཐི་ར་བཙའ་སྣ་ལྔེ་ཙང་ཁ་རུ་ཚ་དང་བུ་རམ་སྦྱར།	ཕོ་བའི་ཉོད་སྐྱེད་ཟས་འཇུ་ཕོ་བའི་གཟེར་ཟུག་སེལ།

དྲུག་པ། སེ་འབྲུ་བཞི་པ་རྐང་གཞིར་བྱས་པའི་སྨན་སྦྱོར་འགག་བཤད་པ།

སེ་འབྲུ་བཞི་པ་རྐང་གཞི་བྱས་པའི་སྨན་སྦྱོར་ནི་བཀྲང་ལས་འདས་ཤིང་བད་རླུང་གྲང་བའི་ནད་གཞི་མང་ཆེ་ཤོས་ནི་སྦྱོར་བ་འདི་རྐང་གཞི་བྱས་ནས་གྲུབ་པ་རྒྱུང་ཡིན་པས། འདིའི་རིག་གཞུང་གི་རིན་ཐང་དང་ཤུགས་རྐྱེན་གང་འདྲ་ཞིག་ཡོད་པའང་ང་ཚོས་ཤུགས་ནས་རྟོགས་ཐུབ་ལ།འདིར་སེ་འབྲུ་བཞི་པ་རྐང་གཞི་བྱས་པའི་སྨན་སྦྱོར་རེ་རེ་བཞིན་བཀྲང་བའི་སྟོབས་པ་དང་བྲལ་ཞིང་དེང་དུས་ནད་ཐོག་ཏུ་བེད་སྤྱོད་པའི་སྨན་སྦྱོར་རྣམས་ལས་འགག་ཞིག་མཚན་གཞི་ཙམ་དུ་བཀོད་ན་འདི་ལྟ་སྟེ། (༡)སེ་འབྲུ་ལྔ་པ། (༢)སེ་འབྲུ་དྭངས་གནས། (༣)གར་ནག་བཅུ་པ། (༤)གསོ་བྱེད་ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར། (༥)ཀུན་ལྡན་བདེ་བྱེད། (༦)སེ་འབྲུ་པདྨ་འདབ་བརྒྱད། (༧)ད་ལིས་བཅུ་དྲུག་ལྟ་བུ་སོགས་རེད་འདུག་ལ། གཞན་ཡང་ཉམས་ཡིག་ཁག་ཏུ་བདེ་བྱེད་སྙོམས་ལྡན་ལུགས་གཅིག འཇུ་བྱེད་ཉི་མ། ཙོང་ཞིའི་ཙུར་ནིས། སེ་འབྲུ་བཅུ་པ། གུར་གུམ་བཅུ་གསུམ་ལུགས་གཅིག གསེར་མདོག་ཉེར་བརྒྱད། གསེར་མདོག་བཅོ་ལྔ། གསེར་མདོག་དགུ་པ། དུང་དཀར་བཅུ་གསུམ། སྣ་ཀོད་དགུ་པ། སེ་འབྲུ་མང་སྦྱོར་རྒྱལ་པོ། འཆི་བ་བསྐོལ་འདེབས། དྭངས་མ་རྒྱ་འཛིན། སེ་འབྲུ་ཉི་དགའ་སོགས་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་ཞིག་འདུག་གོ།

མཇུག་བསྡུ་བ།

མདོར་ན་མིག་སྔར་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པ་བརྒྱད་སེ་འབྲུ་བཞི་པའི་སྦྱོར་ཁུངས་སྔ་ཤོས་ནི་བཙན་པོའི་སྐབས་སུ་མཛད་པར་གྲགས་པའི་བི་ཇིའི་པོ་ཏི་ཁ་སེར་ལ་ཐུག་ཡོད་པ་དང་། སྦྱོར་ཚད་ནི་བི་ཇིས་གསུངས་པའི་ཚ་མཉམ་མམ་ཡང་ན་རྒྱུད་ལྟར་སེ་འབྲུ་གཙོར་བསྐྱེད་ནས་གཞན་རྣམས་ཚ་མཉམ་དུ་སྦྱར་དགོས་མོད། དེ་ཡང་ཞིབ་པར་གང་ཟག་ཕོ་མོ་རང་བཞིན་འདུ་བ་ཤས་ཆེ་ཆུང་སོགས་ལ་གཞིགས་ནས་རིག་པས་འཕྲུལ་དགོས་པར་འདོད། སྨན་ཏྲ་ལའང་སྦྱིའི་དབང་དུ་བྱར་དཀར་དང་། བྱེ་བྲག་ནད་གཞིར་དམིགས་ནས་སྨན་ཏྲ་གསུམ་ལས་གང་ལེགས་པ་དེ་སྦྱར་རིགས་པར་སྨྲ། ཕན་ཡོན་ཐད་དཔལ་ལྡན་རྒྱུད་བཞིའི་རྒྱུད་གོང་འོག་ཏུ་བསྟན་པའི་ཕན་ཡོན་དང་། གཙང་སྟོད་དང་དེའུ་དམར་བ་སོགས་ཀྱིས་རོ་སྦྱོར་དུ་བསྟན་པའི་ཕན་ཡོན། ཟུར་མཁར་ལུགས་ལྟར་རོ་སྦྱོར་གྱི་རྒྱུ་འབྲས་རྟེན་པའི་འབྲས་བུ་རྣམས་གཅིག་ཏུ་ཁེལ་ཞིང་། བད་རླུང་གྲང་བའི་ནད་ལ་བདུད་རྩི་ལྟ་བུའི་སྨན་སྦྱོར་ཞིག་ཡིན་པ་གཏན་ཁེལ། སྨན་རྒྱུ་སོ་སོའི་མིང་རྣམས་ལས་སེ་འབྲུ་དང་ཤིང་ཚ་གཉིས་ནི་བོད་རང་གི་སྐད་ཡིན་པར་འདུག་ལ། སུག་སྨེལ་ནི་ལེགས་སྦྱར་ཟུར་ཆག་པ་དང་། ཕི་ཕི་ལིང་ཡང་ལེགས་སྦྱར་བོད་སྐད་དུ་ཟུར་ཆག་པར་གསུངས་མོད། དྭགས་པོའི་འཛོར་འབུམ་དུ་སྤྲ་བཤད་ལྟ་བུ་ཞིག་ཀྱང་གསུངས་འདུག་པས་ཟུར་ཆག་པའམ་བོད་རང་གི་རྫེས་གྲུབ་ཀྱི་ཐ་སྙད་གང་ཡིན་ཆ་མ་འཚལ་ལོ། །གཞན་ཡང་དཔལ་ལྡན་རྒྱུད་བཞིར་བསྟན་པའི་སེ་འབྲུ་བཞི་པའི་ཁ་བསྒྱུར་སྣ་ཚོགས་ཀུད་དུ་ཕྱུང་ནས་གསལ་འདོན་དང་། སེ་འབྲུ་བཞི་པ་རྐང་གཞི་བྱས་པའི་སྨན་སྦྱོར་འགག་མཚན་གཞིར་བཀོད་ནས་འདི་ཉིད་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་སྨན་སྦྱོར་ཁྲོད་ཐེན་པའི་གོ་གནས་གང་འདྲ་ཡིན་མིན་དང་། ནད་ཐོག་དང་རིག་གཞུང་གི་རིན་ཐང་ཇི་འདྲ་ཡོད་མེད་སོགས་དཔྱད་ཤུགས་ཅི་རིགས་ནས་བསྟན་ཡོད་དོ།། །།

དཔྱད་གཞིའི་ཡིག་ཆ།

1. ཁྱི་རྒྱུད་དཀའ་འགྲེལ་རྒྱུད་དོན་གསལ་བྱེད། [M]མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་། 2017.12

2. གཡུ་ཐོག་གསར་མ་ཡོན་ཏན་མགོན་པོ། དཔལ་ལྡན་རྒྱུད་བཞི། [M]བོད་ལྗོངས་མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་། 1982.3

3. ཟི་ཏི་ཙན་པ་ཤི་ལ་ཏ། ཟི་ཏིའི་པོ་ཏི་ཁ་སེར། [M]མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་། 2006.1

4. ཞང་གཟི་བརྗིད་འབར་བ། སྔོན་གསལ་གདམས་པ་སུམ་ཅུ་པ། [M] མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་། 2017.11

5. སུམ་སྟོན་ཡེ་ཤེས་གཟུངས། རྗོང་འཕྲུང་འཕྲུལ་གྱི་ལྡེ་མིག [M]ཀན་སུའུ་མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་། 2017.9

6. སློབ་དཔོན་ཀླུ་སྒྲུབ། སློབ་དཔོན་ཀླུ་སྒྲུབ་ཀྱི་སྨན་ཡིག་གཅེས་བསྡུས། [M]མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།2008.4

7.གཙང་སྟོད་དར་མ་མགོན་པོ། གཙང་སྟོད་ཟིན་ཏིག་ཡང་ཏིག [M]མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་། 2006.7

8. དེའུ་དམར་དགེ་བཤེས་བསྟན་འཛིན་ཕུན་ཚོགས། དེའུ་དམར་གསོ་རིག་གཅེས་བཏུས་ལས། [M]མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་། 2007.3

9. གོ་འཇོ་དབང་འདུས། གཡུ་ཐོག་དགོངས་རྒྱན། [M] མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་། 1983.2

10. སྐྱེམ་པ་ཚེ་དབང་། བཤད་རྒྱུད་འགྲེལ་པ་ཚིག་དོན་ཉི་མ། [M]མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་། 2006.7

11. མཁྱེན་བརྩེ་དབང་པོ། མཁྱེན་བརྩེ་དབང་པོའི་སྨན་ཡིག [M]མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་། 2008.11

12. མཉམ་མེད་དྭགས་པོ་ལྷ་རྗེ། དྭགས་པོ་རིན་པོ་ཆེའི་འཚོར་འབུམ། [M]མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་། 2017.12

རྡོ་རྗེ་རྒྱལ། བོད་ལྗོངས་བོད་ལུགས་གསོ་རིག་སློབ་ཆེན་གྱི་༢༠༡༧ལོའི་ཤེས་རབ་ཞིབ་འཇུག་སློབ་མ།
ཚེ་རིང་། (ཆེན་པ།) བོད་ལྗོངས་བོད་ལུགས་གསོ་རིག་སློབ་ཆེན་གྱི་དགེ་རྒན་ཆེན་མོ།

རྩོམ་སྒྲིག་འགན་འཁུར་བ། བོད་གཞུག་སྐྱིད།

浅谈具有“藏药驱寒药王”之称的四味石榴散

多杰加 次仁（大）

内容摘要：本文将由石榴、肉桂、白豆蔻和荜拨组成的四味石榴散，通过古籍文献和《四部医典》中对其的方剂来源、药名考证、配方功效以及针对不同疾病灵活组方的内容进行汇总和说明，将临床上以四味石榴散为基础衍生的多种配方进行介绍，从而体现该方剂广泛的的临床价值和的学术价值。

关键词：藏药 驱寒药王 四味石榴散

作者简介：多杰加 西藏藏医药大学2017级硕士研究生

次仁（大） 西藏藏医药大学研究生导师